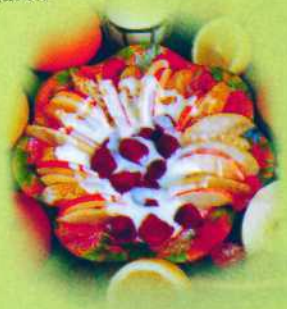
Повар-поваренок

Летние ЗАКУСКИ

Летние закуски

Содержание

4. Острый салат из огурцов
5. Салат из сладкого перца, огурцов и помидоров
6. Грибная икра
7. Салат с макаронами и овощами
8. Перец, фаршированный рисом и овощами
9. Салат «Хлебный»
10. Салат из зелени с чесноком
11. Салат из зеленого горошка и молодого картофеля
12. Салат праздничный
13. Закуска «Грядка»
14. Салат из редиса с яйцами
15. Греческий салат
16. Салат из кольраби
17. Салат летний
18. Салат с грибами
19. Салат из яблок и грецких орехов
20. Салат с виноградом и сельдереем
21. Зеленый салат со стручковой фасолью и рисом
22. Курица с огурцами
23. Салат из цветной капусты и зеленого горошка
24. Салат-закуска из свежих огурцов и редиса
25. Рыбный салат «Пикантный»
26. Куриный салат с овощами
27. Куриный салат-коктейль
28. Пряный салат с капустой
29. Салат из ветчины с помидорами и огурцами
30. Овощные медальоны
31. Фруктовый салат



Острый салат из огурцов

- *3 свежих огурца*
- *1 луковица*
- *1 головка чеснока*
- *3 ст. ложки растительного масла*
- *1 лимон*
- *2 стручка красного острого перца*
- *1/2 ч. ложки черного молотого перца*
- *соль*

Огурцы вымыть, нарезать тонкими кружочками, посолить, положить на 1 час под гнет. Огуречный сок слить, огурцы аккуратно отжать через марлю. Лук очистить, нашинковать, обжарить на растительном масле до золотистого цвета. Стручки красного острого перца вымыть, удалить у них плодоножки и семена, нарезать тонкими полосками. Чеснок очистить, измельчить и смешать с красным перцем. Огурцы выложить в сервировочную посуду, добавить обжаренный лук, смесь красного перца с чесноком, соль, черный молотый перец, сок половины лимона, перемешать. Оставшуюся половину лимона нарезать тонкими кружочками и украсить ими салат.

САЛАТ ИЗ СЛАДКОГО ПЕРЦА, ОГУРЦОВ И ПОМИДОРОВ

- *2 желтых стручка сладкого перца*
- *1 огурец*
- *2 помидора*
- *1 луковица*
- *1 пучок зелени укропа и кинзы*
- *1 ст. ложка яблочного уксуса,*
- *1/3 ч. ложки черного молотого перца*
- *соль*

Повар и поваренок

Для острой корейской пасты нужно смешать красный молотый перец с солью и другими специями по вкусу, истолочь в порошок и растереть с небольшим количеством растительного масла.

Сладкий перец вымыть, удалить плодоножки и семена, нарезать тонкими кольцами. Лук очистить и нарезать кольцами. Помидоры вымыть, удалить плодоножки, нарезать ломтиками. Огурец вымыть, очистить, нарезать кружочками. Зелень укропа и кинзы нашинковать. На сервировочное плоское блюдо выложить слоями сладкий перец, помидоры, огурец, лук. Салат посолить, поперчить, сбрызнуть яблочным уксусом, посыпать зеленью и, не перемешивая, подать к столу.

Грибная икра

- *500 г шампиньонов*
- *1 луковица*
- *1 морковь*
- *1 болгарский перец*
- *1 помидор*
- *соль*
- *черный молотый перец*

Для жарки:

- *50 г растительного масла*

Грибы вымыть, очистить, нарезать кубиками, жарить 5—8 минут на сильном огне.
Предварительно вымытый и очищенный лук нарезать кубиками, добавить к грибам, перемешать, жарить еще 3—4 минуты.
У болгарского перца срезать плодоножку. Нарезать кубиками.
Морковь вымыть и очистить, нарезать аналогично предыдущим компонентам.
Нарезать помидор, вместе с морковью и болгарским перцем добавить к жарящимся луку и грибам, посолить, поперчить, перемешать, накрыть крышкой и тушить до готовности на слабом огне 15—20 минут.
Готовую икру подавать к столу в холодном виде.

Грибы по уровню содержания протеина и других питательных веществ могут стать полноценной заменой мясу.

Салат с макаронами и овощами

- *3 помидора*
- *1 огурец*
- *2 сладких болгарских перца*
- *150 г отварных макарон*
- *2 ст. ложки растительного масла*
- *листья салата*
- *веточки петрушки*
- *соль*

После варки макароны следует промыть теплой кипяченой водой.

Помидоры вымыть в холодной воде, удалить плодоножки и разрезать каждый на 6 частей. Макароны опустить в кипящую соленую воду и варить 7—10 минут на среднем огне в кастрюле без крышки. Готовые макароны откинуть на дуршлаг и дать стечь лишней жидкости.

Болгарский перец разрезать пополам, удалить сердцевину и нарезать небольшими кусочками. Свежий огурец также разрезать пополам и нарезать полукружьями. Ингредиенты поместить в глубокую миску, заправить растительным маслом, посолить и перемешать. При подаче к столу салат украсить веточками петрушки и листьями салата.

- *1 луковица*
- *2 сладких перца*
- *80 г консервированной кукурузы*
- *3 дольки огурца*
- *80 г отварного риса*
- *1 ст. ложка растительного масла*
- *соль*
- *черный молотый перец*
- *зелень укропа*

Лук очистить и нарезать кубиками. Один перец разрезать пополам, очистить. Второй перец нарезать полосками. Огурец нарезать кусочками и выложить в миску с измельченным перцем, перемешать, добавить консервированную кукурузу. В подготовленную овощную смесь положить нарубленный лук и отварной рис. Все перемешать, добавить перец, соль и заправить растительным маслом. Выложить фарш в половинку болгарского перца и украсить зеленью.

Перец, фаршированный рисом и овощами

Ежедневное употребление болгарского перца благотворно сказывается на состоянии организма, так как в этом плоде содержатся кальций, магний, фосфор, железо, алюминий, а также витамины B_1, B_2, C, PP и др.

Салат «Хлебный»

Повар и поваренок

Этот салат смешивается непосредственно перед подачей на стол, чтобы хлеб сохранил хрустящие свойства.

30 мин

- *4 ломтика ржаного хлеба*
- *3 маринованных помидора*
- *1 луковица*
- *1 долька чеснока*
- *5 ст. ложек растительного масла*
- *1 ч. ложка уксуса*
- *соль*
- *черный молотый перец*
- *зелень петрушки*

Для украшения:

- *листья салата*

Ломтики ржаного хлеба подсушить в тостере или на противне в духовке, нарезать кубиками.

Предварительно очищенный лук мелко нарезать.
Зелень петрушки нарубить.
С маринованных помидоров снять кожицу, нарезать их кубиками.

Заправка: смешать растительное масло, уксус, соль, перец и мелко рубленный чеснок. В глубокую посуду сложить хлеб, лук и помидоры, полить заправкой и смешать, аккуратно встряхивая. Готовый салат выложить на сервировочное блюдо, выстеленное листьями салата, посыпать зеленью петрушки.

САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНИ С ЧЕСНОКОМ

- *2 пучка петрушки*
- *1 пучок зеленого лука*
- *2 дольки чеснока*
- *1 ст. ложка яблочного уксуса*
- *1 ч. ложка сахара*
- *1 ч. ложка соевого соуса*
- *соль*

Петрушку перебрать, промыть холодной водой, отделить от стеблей и нарезать крупными кусочками. Подготовленную петрушку выложить в глубокую посуду, посолить, добавить сахар и яблочный уксус, перемешать. Чеснок очистить и измельчить. Зеленый лук перебрать, промыть и мелко нашинковать. Добавить лук и чеснок к петрушке, перемешать, перед подачей на стол заправить соевым соусом.

Повар и поваренок

Не рекомендуется хранить промытый зеленый лук, так как от влаги он быстро портится.

Салат из зеленого горошка и молодого картофеля

- *100 г зеленого консервированного горошка*
- *80 г отварного картофеля*
- *30 г огурцов*
- *30 г помидоров*
- *3 ст. ложки растительного масла*
- *зеленый лук*
- *соль*
- *зелень укропа*
- *китайский салат*

Повар и поваренок

Листовой салат опять посвежеет, если вялые листья окунуть в воду и свободно разложить или плоско срезать кочерыжку и поставить в воду.

Овощи вымыть и очистить. Подготовленные огурцы, помидоры, зеленый лук и отварной картофель нарезать. Добавить зеленый горошек, растительное масло, соль, измельченный укроп. Выстлать салатник листьями китайского салата. Салат перемешать и выложить в салатник горкой.

САЛАТ ПРАЗДНИЧНЫЙ

- *100 г ветчины*
- *100 г консервированной кукурузы*
- *1 помидор*
- *100 г брынзы*
- *маслины без косточек*
- *1 желтый болгарский перец*
- *200 г шампиньонов*
- *лимон*
- *китайский салат*
- *зелень укропа*
- *зелень петрушки*
- *майонез*
- *соль*
- *черный молотый перец*

Повар и поваренок

Не готовьте салат впрок. Заправляйте и солите его только перед подачей на стол.

Шампиньоны очистить, сварить, нарезать кусочками. Вымыть помидоры, перец, китайский салат, зелень петрушки, лимон. Перец очистить. Нарезать кусочками помидоры, кубиками брынзу и ветчину, кружочками перец. Смешать кукурузу, перец, ветчину, помидоры, маслины, шампиньоны, брынзу, посолить, поперчить, добавить майонез, перемешать. На блюдо постелить листья китайского салата, выложить салат. Украсить салат кусочками брынзы, маслинами, зеленью, дольками лимона.

Закуска «Грядка»

- *1 болгарский перец*
- *2 помидора*
- *2 огурца*
- *зеленый лук*
- *зелень укропа и петрушки*

Для заправки:

- *2 ст. ложки растительного масла*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Эта закуска особенно хороша, когда овощи непосредственно перед приготовлением сорваны с грядки и не утратили свежести и природного аромата.

Огурцы нарезать тонкими длинными дольками. Помидоры вымыть, удалить плодоножки и нарезать дольками. Болгарский перец нарезать кольцами. Зелень и зеленый лук нашинковать.

Заправка: растительное масло смешать в небольшой миске с солью и перцем. Нарезанные овощи разложить на блюде, как показано на фотографии, полить заправкой и посыпать зеленым луком и зеленью.

- *300 г редиса*
- *4 вареных яйца*
- *1 банка консервированной кукурузы*
- *2 ст. ложки майонеза*
- *зеленый лук*
- *зелень укропа и петрушки*
- *черный молотый перец*
- *соль*

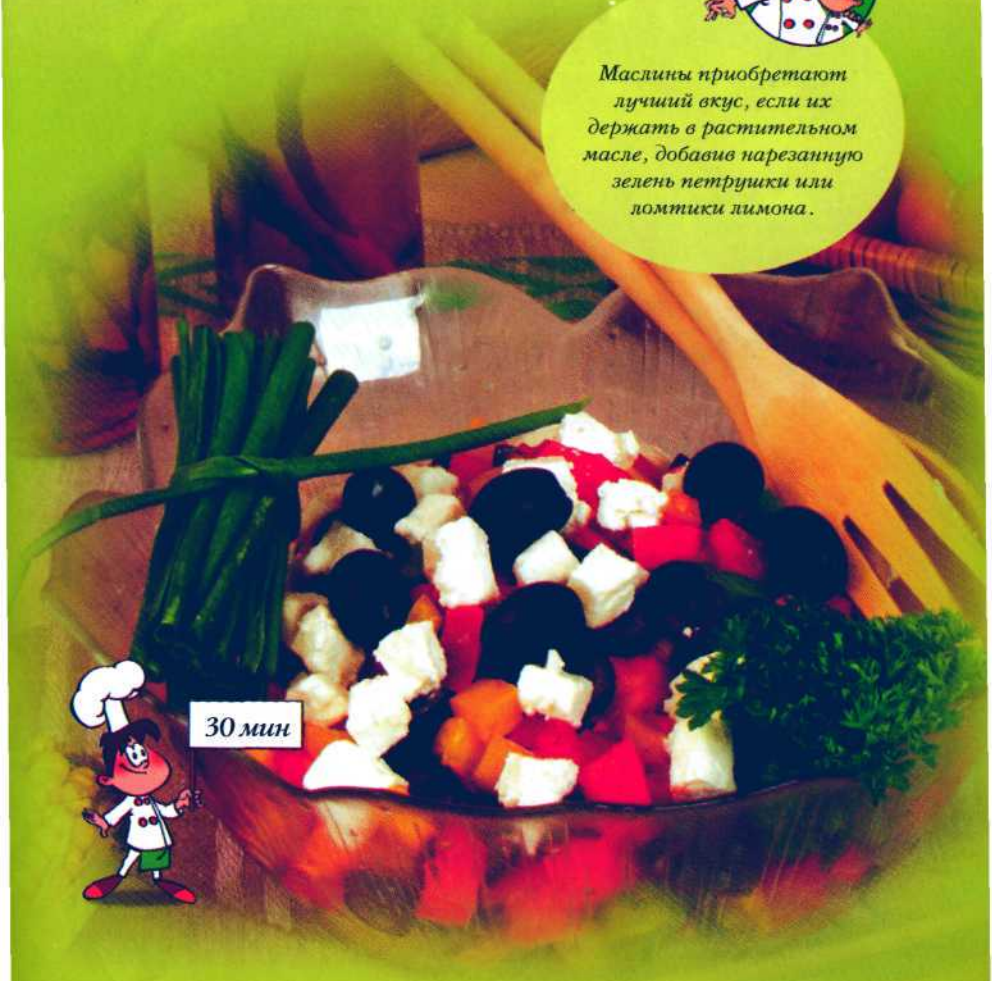
Яйца очистить от скорлупы и нарубить. Редис вымыть, удалить хвостики и нарезать тонкими полукружиями. Зелень и зеленый лук перебрать, вымыть, удалить прикорневую часть и нашинковать. С консервированной кукурузы слить жидкость и выложить зерна в глубокую миску вместе с остальными ингредиентами. Салат посолить, поперчить, заправить майонезом и перемешать.

САЛАТ ИЗ РЕДИСА С ЯЙЦАМИ

Повар и поваренок
Этот салат можно готовить не только с редисом, но и с редькой. В этом случае рекомендуется заменить майонез сметаной, чтобы смягчить остроту редьки.
20 мин

Греческий салат

Маслины приобретают лучший вкус, если их держать в растительном масле, добавив нарезанную зелень петрушки или ломтики лимона.



- *4 помидора*
- *1 желтый сладкий перец*
- *1 зеленый сладкий перец*
- *150 г маслин без косточек*
- *200 г брынзы*
- *4 ст. ложки растительного масла*

Для украшения:

- *зеленый лук*
- *зелень петрушки*
- *несколько маслин*

Вымыть помидоры, желтый и зеленый перец. Помидоры, перец, часть маслин нарезать кусочками. Уложить нарезанные ингредиенты в вазу. Добавить в вазу нарезанную кубиками брынзу. Содержимое вазы полить растительным маслом, перемешать. Украсить салат зеленью петрушки, зеленым луком и оставшимися маслинами.

САЛАТ ИЗ КОЛЬРАБИ

- *200 г кольраби*
- *100 г редиса*
- *100 г моркови*
- *2 яйца*
- *несколько ломтиков ветчины*
- *растительное масло*
- *соль*
- *зелень салата*
- *мята*
- *зеленый лук*
- *зелень петрушки*

Салаты, приготовленные из сырых овощей, рекомендуется заправлять не ранее чем за 15–20 минут перед подачей на стол.

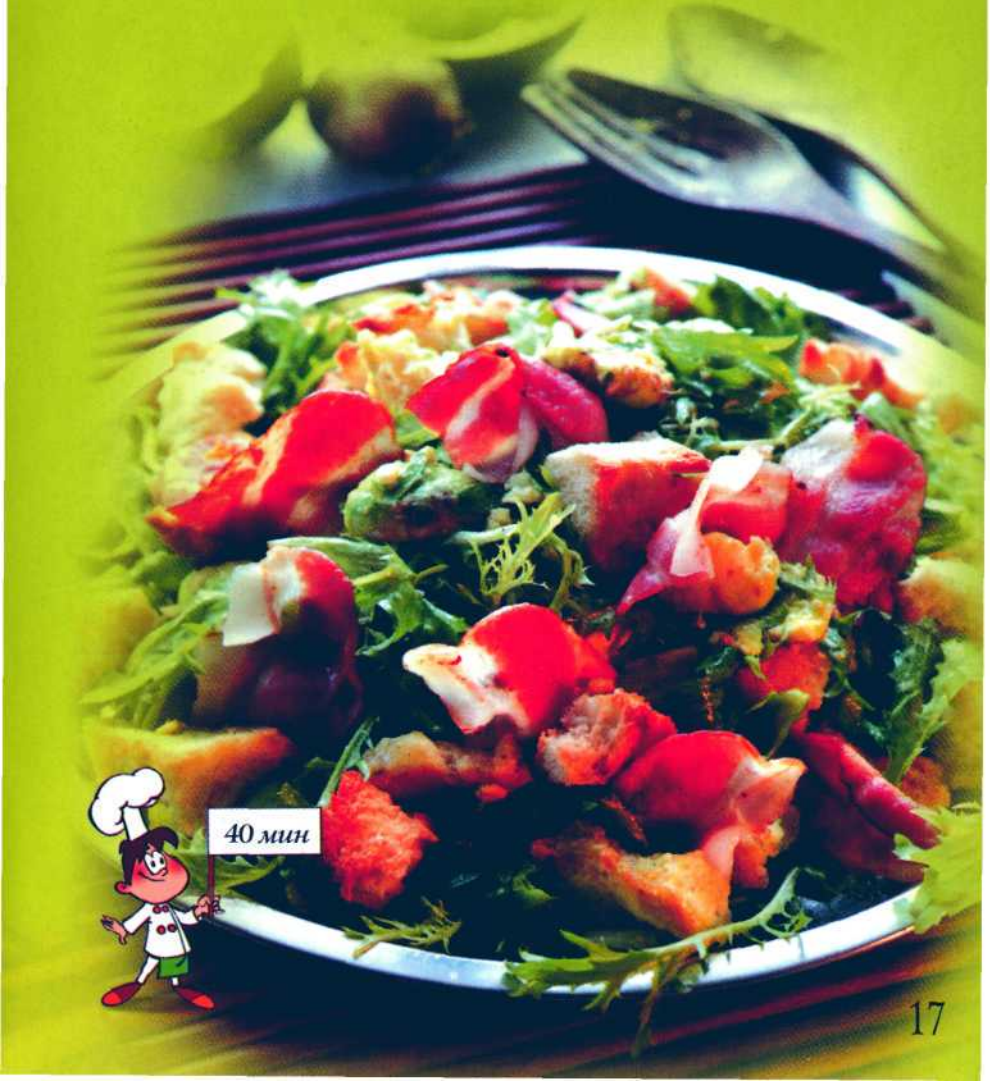
Яйца сварить вкрутую. Нарезать тонкой соломкой очищенные кольраби и морковь, кружочками — редис, кубиками — белки сваренных вкрутую яиц. Желтки растереть. Мяту, лук и петрушку вымыть и нарубить. Соединить все подготовленные ингредиенты, добавить соль, нарубленную зелень мяты, лука и петрушки, растительное масло, перемешать. Подавать салат на стол, выложив салатник листиками салата, а сверху украсить ломтиками ветчины.

Салат летний

- *300 г мяса*
- *200 г салата*
- *чеснок*
- *сухарики*
- *сок 1/2 лимона*
- *3 ст. ложки растительного масла*

Овощи обязательно следует защитить от воздействия тепла и света. Их хранят в холодильнике или в погребе, предварительно обернув газетной бумагой.

Мясо (лучше свинину) порезать на кубики, обжарить на растительном масле. Белый хлеб нарезать крупными кусками и подсушить в духовке. Листья салата нарезать, чеснок измельчить. Все ингредиенты уложить на блюдо, сильно не перемешивая, сбрызнуть лимонным соком.



Салат с грибами

- *200 г лисичек свежих*
- *2–3 зубчика чеснока*
- *50 г укропа (зелень)*
- *100 г салата латук*
- *1/4 ч. ложки соли*
- *лимонный сок*
- *2–3 ст. ложки растительного масла*

Салаты, приготовленные из овощей, подвергнутых тепловой обработке, заправляют и украшают не ранее чем за 45 минут до подачи на стол.

Зелень промыть, укроп мелко нарезать. Грибы вымыть, крупные разрезать пополам, смешать с размятым чесноком и измельченным укропом, посолить, полить лимонным соком и выдержать в течение 1 часа. Салат латук нащипать кусочками и смешать с промаринованными грибами. Можно все заправить растительным маслом.

САЛАТ ИЗ ЯБЛОК И ГРЕЦКИХ ОРЕХОВ

- *2—3 яблока*
- *150 г ядер грецких орехов*
- *150 г корневого сельдерея*
- *5 ст. ложек оливкового масла*
- *лимонный сок*
- *тмин*

Для салатов многие овощи и плоды используют в сыром виде, лишь очищая их от несъедобных частей растений.

Яблоки и сельдерей вымыть, нарезать. Смешать нарезанные дольками яблоки и крупно порезанный корневой сельдерей, добавить ядра грецких орехов.

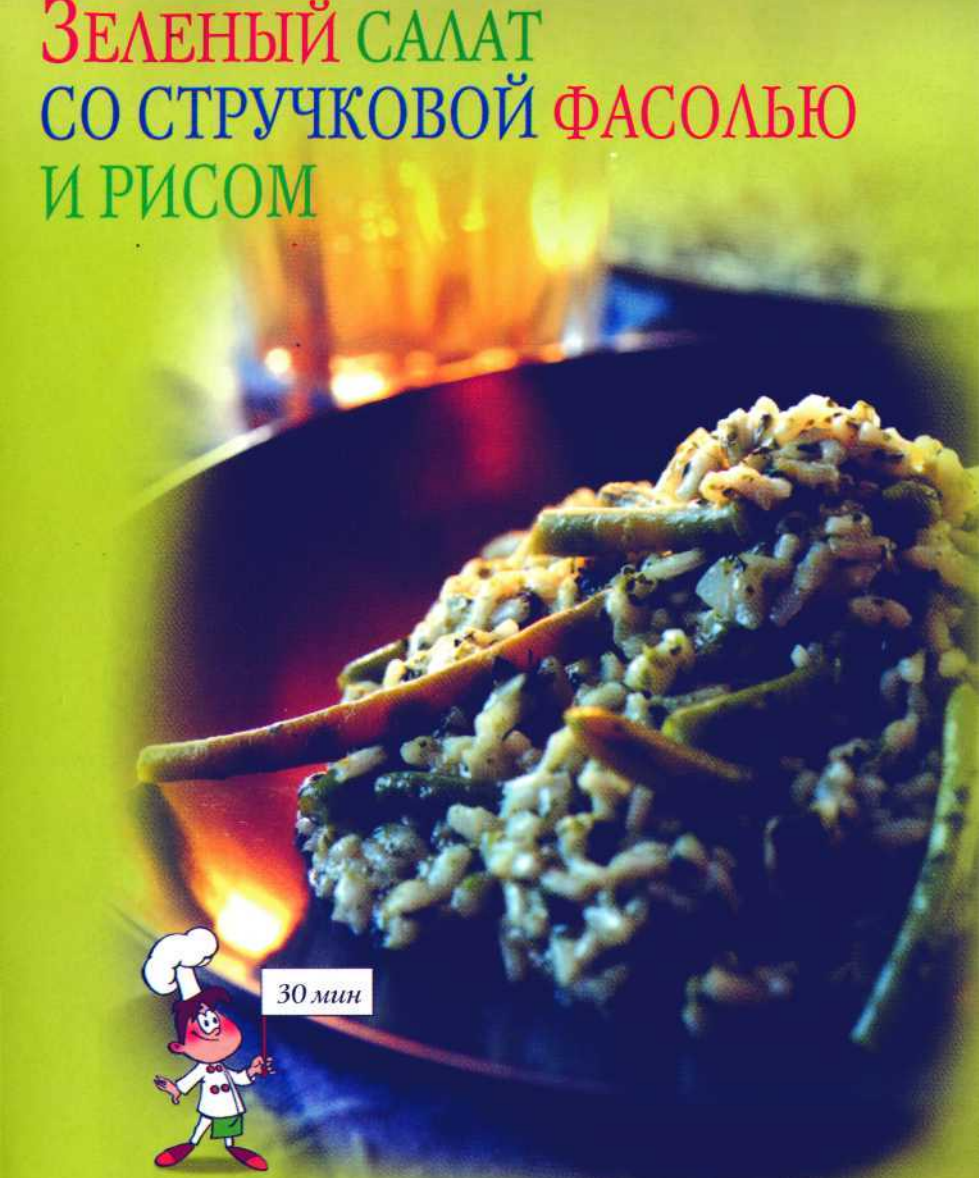
Все перемешать с оливковым растительным маслом. Салат посыпать тмином, сбрызнуть лимонным соком.

- *200 г курчавого салата фризе*
- *200 г винограда*
- *100 г черешкового сельдерея*
- *3 ст. ложки оливкового масла*
- *1 лимон*
- *1 ч. ложка горчицы*
- *соль*
- *свежемолотый черный перец*

Курчавый салат вымыть, нарезать и положить в салатник. Черешковый сельдерей вымыть, дать стечь воде, мелко нарезать. Виноград вымыть, разрезать пополам, вынуть косточки. Все смешать. Горчицу смешать с лимонным соком, посолить, поперчить. Добавить оливковое масло и хорошо перемешать, заправить салат.

САЛАТ С ВИНОГРАДОМ И СЕЛЬДЕРЕЕМ

Зеленый салат со стручковой фасолью и рисом



- *150 г стручковой фасоли*
- *100 г риса*
- *3 ст. ложки оливкового масла*
- *1,5 ст. ложки уксуса*
- *соль*
- *молотый черный перец*

Стручковую фасоль отварить в подсоленой воде, выложить в дуршлаг, затем измельчить. Добавить к фасоли отварной рис, посыпать перцем, заправить уксусом и маслом, посолить.

Курица с огурцами

- *2 куриные грудки*
- *2 ст. ложки соевого соуса*
- *1 свежий огурец*
- *соль*

Для заправки:

- *2 ст. ложки растительного масла*
- *4 ст. ложки соевого соуса*
- *5—6 ст. ложек белого сухого вина*
- *2 ст. ложки уксуса*

Смешать все ингредиенты для заправки.
Выложить грудки на противень, посолить и полить соевым соусом. Вылить половину заправки, запекать 30—35 минут. Переложить в другую емкость до остывания. Выделившийся сок добавить к заправке. Огурец, курицу порезать аккуратными тонкими кусочками. Выложить в глубокую миску огурец, кусочки курицы. Полить заправкой.

Салат из цветной капусты и зеленого горошка

- *500 г цветной капусты*
- *1 пучок зелени петрушки*
- *100 г ядер грецких орехов*
- *2 ст. ложки консервированного зеленого горошка*
- *3—4 ст. ложки сметаны*
- *2—3 ст. ложки масла сливочного*
- *1 ст. ложка сахара*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Цветную капусту вымыть, разделить на соцветия, залить холодной водой и оставить на 10—20 минут. Подготовленную капусту опустить в подсоленную воду и варить в течение 10 минут. Откинуть капусту на дуршлаг, нарезать крупными кусочками и слегка обжарить в разогретом сливочном масле. Грецкие орехи обжарить на сковороде без масла и измельчить. Зелень петрушки вымыть и нарубить. Капусту соединить с зеленым горошком, посолить, поперчить и перемешать.

Добавить грецкие орехи и еще раз тщательно перемешать.

Сметану растереть с сахаром и солью. Приготовленным соусом заправить салат. Украсить салат измельченной зеленью петрушки.

Салат-закуска из свежих огурцов и редиса

- *5—7 огурцов*
- *1/2 пучка редиса*
- *5—6 веточек базилика*
- *1 ст. ложка сметаны*
- *черный молотый перец*
- *1 пучок салата*

Свежие огурцы и редис следует резать и солить непосредственно перед подачей к столу, иначе они быстро завянут.

Огурцы вымыть холодной водой. Каждый огурец разрезать вдоль на 4 части. Редис вымыть и нарезать тонкими кружочками. Сделать в каждой четвертинке огурца по 4—5 надрезов. В полученные прорези вставить кружки редиса, посолить и посыпать черным молотым перцем.

Листья салата и базилик вымыть. Листья салата выложить на плоское блюдо и смазать сметаной. Базилик мелко нарезать. На салат положить ломтики огурцов с редисом, посыпать измельченным базиликом.

Рыбный салат «Пикантный»

- *350 г филе морской рыбы*
- *по 2 помидора, огурца, луковицы*
- *1 лимон*
- *1 пучок зелени петрушки и кинзы*
- *2 лавровых листа*
- *100 г консервированной кукурузы*
- *3 ст. ложки консервированного зеленого горошка*
- *2 ст. ложки масла растительного*
- *3 горошины душистого перца*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Рыбное филе вымыть, положить в горячую подсоленную воду, добавить лавровый лист, душистый перец и варить до готовности на слабом огне.

Готовое рыбное филе нарезать небольшими кусочками. Помидоры и огурцы вымыть. Каждый помидор и огурец разрезать на 2 части и нарезать полукружьями. Лук очистить, вымыть и нарезать полукольцами. Зелень петрушки и кинзы вымыть и измельчить. Рыбу соединить с помидорами и огурцами, полукольцами лука, посолить и поперчить. Добавить кукурузу, зеленый горошек, заправить растительным маслом, сбрызнуть лимонным соком и перемешать.
Перед подачей к столу украсить рыбный салат измельченной зеленью петрушки и кинзы.

Куриный салат с овощами

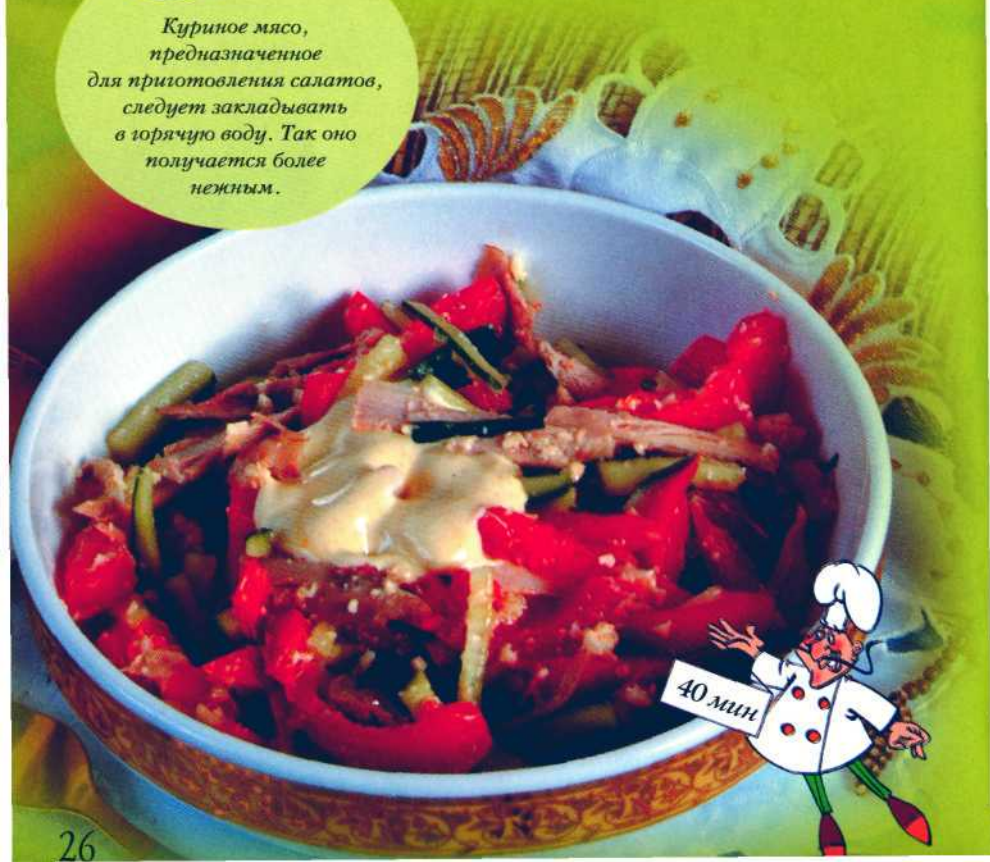
- *500 г куриных грудок*
- *300 г сыра*
- *3 помидора*
- *3 огурца*
- *2 зубчика чеснока*
- *3 ст. ложки майонеза*
- *1 ст. ложка горчицы*
- *зелень петрушки*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Куриные грудки промыть и варить в подсоленной воде до готовности. Готовые грудки остудить, снять кожицу и отделить мясо от костей. Филе нарезать полосками.

Сыр натереть на мелкой терке. Чеснок измельчить. Огурцы нарезать соломкой, выложить в глубокую миску, посыпать солью и оставить на 10—15 минут. Каждый помидор разрезать на 2 части, нарезать кусочками, посолить и поставить на 10—15 минут в прохладное место.

Куриное филе соединить с огурцами, помидорами, чесноком, измельченным сыром и тщательно перемешать. Майонез перемешать с горчицей, заправить этим салат. Готовый салат посыпать зеленью петрушки.

Куриное мясо, предназначенное для приготовления салатов, следует закладывать в горячую воду. Так оно получается более нежным.



Куриный салат-коктейль

Повар и поваренок
Старую курицу можно отличить от молодой по грудной косточке: у старой птицы она плохо поддается сжатию пальцами, у молодой — сжимается легко.
40 мин

- *300 г куриного филе*
- *300 г твердого сыра*
- *3 огурца*
- *3 яйца*
- *2 зубчика чеснока*
- *50 г консервированного зеленого горошка*
- *4 ст. ложки майонеза*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Куриное филе промыть и варить в подсоленной воде до готовности. Подготовленное филе остудить, нарезать соломкой и посыпать перцем. Яйца сварить вкрутую, остудить и очистить от скорлупы. Отделить белки от желтков. Белки нарезать соломкой, а желтки натереть на терке. Огурцы нарезать тонкими полосками. Сыр натереть на терке. Чеснок измельчить. Подготовленные продукты выложить в порционные креманки в следующем порядке: огурцы, кусочки курицы, яичный белок, чеснок, сыр. Каждый слой посолить и смазать небольшим количеством майонеза. Украсить желтком и зеленым горошком.

Пряный салат с капустой

- *300 г белокочанной капусты*
- *3 помидора*
- *2 луковицы*
- *1 стручок болгарского перца*
- *2 зубчика чеснока*
- *1 лимон*
- *1 пучок зелени петрушки и укропа*
- *3 ст. ложки масла растительного*
- *3 ч. ложки сахара*
- *карри*
- *соль*

Капусту нарезать тонкой соломкой и перетереть с небольшим количеством соли. Перец вымыть, очистить от семян и нарезать вдоль тонкими полосками. Лук и чеснок измельчить.

Помидоры вымыть и нарезать крупными кусочками. Зелень петрушки и укроп промыть холодной водой, зелень укропа мелко нарезать. Подготовленные лук и чеснок обжарить с перцем в разогретом растительном масле. Выложить на сковороду с луком, чесноком и перцем капусту, кусочки помидоров, посыпать сахаром, солью и карри. Выжать из половинки лимона сок, сбрызнуть им овощную смесь, влить немного воды и тушить в течение 10—15 минут на среднем огне, периодически помешивая. Украсить пряный салат с капустой измельченной зеленью укропа и оформить веточками петрушки.

САЛАТ ИЗ ВЕТЧИНЫ С ПОМИДОРАМИ И ОГУРЦАМИ

- *300 г ветчины*
- *3 помидора*
- *2–3 соленых огурца*
- *1 яблоко*
- *1 яйцо*
- *50 г консервированного горошка*
- *3 ст. ложки сметаны*
- *1 ст. ложка сахара*
- *карри*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Яйцо отварить, очистить от скорлупы и нарезать крупными кусочками. Помидоры нарезать кружочками. Подготовленные помидоры выложить на плоское блюдо, посыпать солью, сахаром, черным молотым перцем и поставить на 10 минут в прохладное место. Ветчину нарезать кубиками. Яблоко вымыть, разрезать на 2 части, вырезать сердцевину и натереть мякоть на крупной терке. Ветчину и тертое яблоко смешать и выложить на кружки помидоров. Добавить зеленый горошек, посолить, посыпать карри и перемешать. Соленые огурцы нарезать кружками и аккуратно выложить на салат. Кусочки яйца смешать со сметаной и заправить полученной массой салат.

Овощные медальоны

- *300 г бекона*
- *2 молодых кабачка*
- *3 моркови*
- *2 стручка болгарского перца*
- *3—5 веточек базилика*
- *3 ст. ложки растительного масла*
- *3 ст. ложки томат-пасты*
- *2 ст. ложки сливочного масла*
- *1 ст. ложка пшеничной муки*
- *1/2 ч. ложки тмина*
- *черный молотый перец*
- *соль*

Бекон нарезать тонкими ломтиками. Перец нарезать полосками. Кабачки вымыть и нарезать кружками. Морковь вымыть, очистить и нарезать кружками. Овощи жарить в разогретом растительном масле до полуготовности и охладить. Выложить на кружки кабачков кружки моркови, полоски болгарского перца и листики базилика, каждый слой посолить, поперчить и посыпать тмином. Завернуть подготовленные овощи в ломтики бекона и обжарить в небольшом количестве разогретого сливочного масла. Томатную пасту смешать с оставшимся сливочным маслом. Добавить муку, соль, поперчить, помешивая, довести на слабом огне до кипения. Нагревать в течение 5—7 минут. Перед подачей к столу выложить овощные медальоны в беконе на блюдо. Отдельно подать томатный соус.

20 мин

Фруктовый салат

Повар и поваренок

- *1 яблоко*
- *1 груша*
- *1 апельсин*
- *1 лимон*
- *100 г клубники*

Для соуса:

- *1 ст. ложка сахара*
- *2 ст. ложки сметаны*

Лимонным соком дольки фруктов нужно поливать для того, чтобы они не потемнели.

Клубнику вымыть и удалить плодоножки.
Апельсин очистить от кожуры, разделить на дольки и очистить каждую от кожицы.
Грушу вымыть, разрезать на 4 части, удалить семенную коробочку и нарезать тонкими дольками. Полить дольки яблока и груши лимонным соком.

Соус: всыпать сахар в миску со сметаной и взбить венчиком. Разложить фрукты на блюде, как показано на фотографии, и полить сладким сливочным соусом.

Л 52 Летние закуски. — М.: Эксмо, 2006. — 32 с: ил.

Лето. Жара. Хочется легкой пищи. В книге доступно и очень просто изложены различные рецепты приготовления летних закусок. Все их объединяет быстрота приготовления, малое количество жира, красивый внешний вид и неповторимый летний вкус. Ведь, несмотря на жаркое время года, есть все равно нужно, и вкусно.

УДК 641/642
ББК 36.99

© ООО «Издательство «Эксмо», 2006
© ООО «М-Пресс», 2006

ISBN 5-699-16714-5

www.natahaus.ru

ЛЕТНИЕ ЗАКУСКИ

Ответственный редактор *Т. Радина*
Художественный редактор *Н. Кудря*
Технический редактор *М. Печковская*
Компьютерная верстка *С. Карпухин*
Корректор *Г. Москаленко*

ООО «Издательство «Эксмо»
127299, Москва, ул. Клары Цеткин, д. 18/5. Тел.: 411-68-86, 956-39-21.
Home page: **www.eksmo.ru** E-mail: **info@eksmo.ru**

Оптовая торговля книгами «Эксмо» и товарами «Эксмо-канц»:
ООО «ТД «Эксмо». 142700, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное,
Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел. 411-50-74.
E-mail: **reception@eksmo-sale.ru**

Полный ассортимент книг издательства «Эксмо» для оптовых покупателей:
В Санкт-Петербурге: ООО СЗКО, пр-т Обуховской Обороны, д. 84Е.
Тел. отдела реализации (812) 365-44-80/81/82.
В Нижнем Новгороде: ООО ТД «Эксмо НН», ул. Маршала Воронова, д. 3.
Тел. (8312) 72-36-70.
В Казани: ООО «НКП Казань», ул. Фрезерная, д. 5. Тел. (8435) 70-40-45/46.
В Самаре: ООО «РДЦ-Самара», пр-т Кирова, д. 75/1, литера «Е». Тел. (846) 269-66-70.
В Екатеринбурге: ООО «РДЦ-Екатеринбург», ул. Прибалтийская, д. 24а.
Тел. (343) 378-49-45.
В Киеве: ООО ДЦ «Эксмо-Украина», ул. Луговая, д. 9. Тел./факс: (044) 537-35-52.
Во Львове: Торговое Представительство ООО ДЦ «Эксмо-Украина», ул. Бузкова, д. 2.
Тел./факс (032) 245-00-19.

Мелкооптовая торговля книгами «Эксмо» и товарами «Эксмо-канц»:
117192, Москва, Мичуринский пр-т, д. 12/1. Тел./факс: (495) 411-50-76.
127254, Москва, ул. Добролюбова, д. 2. Тел.: (495) 745-89-15, 780-58-34.
Информация по канцтоварам: **www.eksmo-kanc.ru** e-mail: **kanc@eksmo-sale.ru**

Полный ассортимент продукции издательства «Эксмо»:
В Москве в сети магазинов «Новый книжный»:
Центральный магазин — Москва, Сухаревская пл., 12 . Тел. 937-85-81.
Информация о магазинах «Новый книжный» по тел. 780-58-81.
В Санкт-Петербурге в сети магазинов «Буквоед»:
«Магазин на Невском», д. 13. Тел. (812) 310-22-44.

По вопросам размещения рекламы в книгах издательства «Эксмо» обращаться в рекламный отдел. Тел. 411-68-74.

Подписано в печать 25.05.2006
Формат 60x100 1/16. Гарнитура «Светлана». Печать офсетная. Бумага мелованная. Усл. печ. л. 1,8
Тираж 10000. Заказ 44.
Отпечатано на ОАО «Альянс «Югполиграфиздат», фабрика «Офсет»
400001, г. Волгоград, ул. КИМ, 6.

Электронная версия данной книги создана исключительно для ознакомления! Реализация данной электронной книги в любых интернет-магазинах, и на CD (DVD) дисках с целью получения прибыли, незаконна и запрещена!
По вопросам приобретения печатной или электронной версии данной книги обращайтесь непосредственно к законным издателям, их представителям, либо в соответствующие организации торговли!